

Allocuzione d'apertura per la sessione di agosto 2019

Presidente del Gran Consiglio Tina Gartmann-Albin

(fa fede il testo pronunciato)

Care colleghe e cari colleghi,
Stimati membri del Governo,
Stimati rappresentanti dei media e ospiti presenti sulla tribuna,

nel mese di ottobre del 2018 ho tenuto la mia prima allocuzione ufficiale davanti a questo Consiglio sull'argomento delle "malattie psichiche" e vorrei concludere l'anno della mia presidenza affrontando lo stesso argomento.

"Le persone come fanno a sopportare di essere rinchiusi e incatenate?"

"Perché alcuni dopo uno sclero devono prendere medicine contro la loro volontà?"

"Ci sono persone che vogliono evadere?"

Sono queste e molte altre le domande che i giovani grigionesi pongono a Sereina Venzin, dei Servizi psichiatrici dei Grigioni (SPGR), quando con la sua valigetta scolastica fa visita a classi del nostro Cantone. Queste domande forniscono una panoramica relativa all'idea che gli adolescenti del nostro Cantone hanno della psichiatria dei giorni nostri.

Si tratta di cosiddetti stigmi riguardo a quanto accade e a come vengono gestiti i pazienti affetti da malattie psichiche, e questi stigmi sono fortemente radicati nelle menti della nostra gente. Per stigma, una parola di origine greca, si intende un segno lasciato da una ferita o da una bruciatura. Quando sento parlare delle esperienze fatte dai SPGR nel lavoro con le fasce più giovani della popolazione del nostro Cantone e delle loro idee riguardo al concetto di psichiatria, mi rendo conto che queste non coincidono per nulla con le mie esperienze in veste di consigliera di amministrazione dei SPGR. Nel corso degli ultimi decenni le cure per persone affette da una malattia psichica hanno fatto grandi progressi.

Dove trovano origine queste immagini presenti nelle teste dei miei concittadini? Perché anche oggi è difficile trovare persone affette da una malattia psichica disposte a parlarne apertamente?

Soffrire di una malattia psichica ad oggi significa ancora scostarsi dalla normalità. Ma che cosa significa normalità? Quando ci si scosta da essa? La risposta è molto semplice: nel momento in cui altre persone definiscono un comportamento come deviante. Come nel caso del concetto di "normalità", non vi è una definizione fissa nemmeno per il concetto di "malattie psichiche". In un manuale di cure psichiatriche risalente al 2011 si può leggere quanto segue: "Un malato psichico è chi viene definito tale." E ciò avviene nonostante la diagnostica psichiatrica sia operazionalizzata, ossia sia definito in ampia parte quando una diagnosi possa essere posta o meno.

Perché soffrire di una malattia psichica oggi non gode della stessa accettazione di una frattura ossea? Perché un periodo di degenza in un reparto psichiatrico non è normale tanto quanto una degenza ospedaliera dopo un'operazione alla gamba?

Il sociologo americano Erving Goffman ha spiegato al riguardo che una persona che si scosta dal modello ideale, ossia dalla normalità, nell'immaginario di un'altra persona integra e comune è inferiore e "macchiata". Questa persona porta uno stigma, ossia un marchio d'infamia. Perché l'essere umano si comporta in questo modo? È la paura che ci induce a comportarci così, la paura che noi stessi possiamo ammalarci – senza colpa – di una malattia psichica, la paura "di essere diversi" e ci dà sollievo distinguerci dalla persona malata, degradarla, discriminarla. Questo fenomeno viene definito stigmatizzazione.

Nel corso della propria vita circa una persona su due soffre di una grave malattia psichica che necessita di essere curata. La stigmatizzazione sociale delle malattie psichiche continua però a far sì che solo la metà delle persone interessate ricorra a un aiuto professionale. Per questo è tanto più importante rompere i tabù. Una destigmatizzazione, il che significa guarigione delle ferite, è urgentemente necessaria.

Il Cantone dei Grigioni si impegna a fondo per promuovere la destigmatizzazione nel settore psichiatrico.

"Analisi della storia psichiatrica dei Grigioni" è il nome del progetto con cui il Governo del Cantone dei Grigioni e i SPGR intendono far fronte alla mancanza di un'analisi completa e conforme a criteri scientifici e di una pubblicazione della storia della psichiatria nel Cantone dei Grigioni. Con il team guidato dal professor Lengwiler, l'Università di Basilea attualmente sta svolgendo i lavori di ricerca necessari a questo scopo e i primi risultati dovrebbero essere disponibili verso la fine dell'anno.

Già nel 2009 il Governo ha dato incarico ai SPGR di avviare il progetto pilota "Alleanza grigionese contro la depressione" con l'obiettivo di sensibilizzare e di informare la popolazione in merito alla depressione come malattia. Il programma di Governo per il periodo 2013-2016 comprendeva tra l'altro un programma di prevenzione per la salute psichica quale misura e nello stesso periodo l'"Alleanza grigionese contro la depressione" ha trovato continuità nel "Programma d'azione per la salute mentale". Ad oggi la salute psichica rappresenta un punto fondamentale nel settore della promozione cantonale della salute e della prevenzione. L'Ufficio dell'igiene pubblica si impegna instancabilmente a favore della sensibilizzazione, della destigmatizzazione e dell'informazione riguardo a malattie psichiche.

"Ci riguarda tutti" era il motto delle giornate d'azione salute mentale nel 2018; probabilmente ricorderete la mostra "Uscire dalla depressione" organizzata sulla Theaterplatz. Persone che soffrono e che hanno sofferto di depressione sono state invitate a rappresentare in maniera creativa il percorso che le ha portate a uscire dalla depressione. Le opere hanno fatto riflettere, sono state commoventi ma hanno dato anche forza e hanno fatto coraggio. Parlando apertamente delle loro esperienze sul palco queste persone hanno fatto un passo molto coraggioso.

E così anche noi tutti possiamo e dobbiamo dare il nostro contributo per fare in modo che malattie psichiche incontrino lo stesso grado di accettazione di una frattura della gamba. Ma come fare?

Fate attenzione ad esempio al vostro linguaggio. Il linguaggio quotidiano è pieno di espressioni spregiative in relazione a malattie psichiche. Affermazioni come "ma quello è uno psicopatico" oppure "ma tu sei schizofrenico" vanno evitate. E se una persona nel nostro ambiente dovesse davvero soffrire di schizofrenia parliamo di "una persona affetta da schizofrenia". Lo stesso vale per persone affette da disturbi psichiatrici, i quali sono semplicemente una "malattia psichica".

Come già spiegato in precedenza, nel corso della propria vita una persona su due soffre di una malattia psichica. Parlatene, comunicate in maniera aperta in veste di persona affetta da disturbi psichici, ma anche di familiari o di amici di queste persone. In veste di datori di lavoro sostenete persone affette da disturbi psichici, sia nella loro quotidianità, sia nel quadro di una degenza.

Riferendo di due riscontri raccolti nel corso delle visite nelle scuole cui ho accennato all'inizio, in conclusione vorrei dimostrare che vale la pena impegnarsi a favore della destigmatizzazione in ambito psichiatrico:

"Sarebbe bene chiedere aiuto il prima possibile perché non si sa mai se la situazione possa peggiorare. Non bisognerebbe fare uso di droghe se si soffre di una malattia, perché farlo ti butta giù ancora di più. Non lo si nota subito, ma più avanti. A me è piaciuto imparare cose nuove. Ho imparato a rapportarmi in modo attento con queste persone."

Ed ecco il secondo riscontro di una visita in una scuola:

"Sarebbe bene cercare il prima possibile qualcuno con cui parlare di questo problema. È importante richiamare con cautela l'attenzione di una persona su una possibile malattia psichica. Ora sono in grado di riconoscere un paio di sintomi di alcune malattie. Ora so come e dove si potrebbe superare una malattia. Conosco la differenza tra uno psicologo e uno psichiatra."

Questi sono i due riscontri.

Tutti noi possiamo dare un contributo per contrastare la stigmatizzazione di malattie psichiche. Sia in famiglia, sia nella cerchia di amici oppure nel nostro ambiente. Parliamone apertamente!

Stimate colleghe e stimati colleghi,

in conclusione voglio ringraziarvi di cuore per la buona collaborazione e per il vostro sostegno. Un grande ringraziamento va al nostro vicepresidente del Gran Consiglio Alessandro Della Vedova per la buona collaborazione e la reciproca fiducia. Ma ci tengo a ringraziare di tutto cuore anche la Segreteria del Gran Consiglio, il signor Domenic Gross e il signor Patrick Barandun per la fantastica collaborazione, i loro ottimi consigli e il loro sostegno. Quando avevo domande o richieste mi sono sempre potuta rivolgere a loro e loro hanno fatto tutto il possibile per darmi una mano. Vi ringrazio molto per questo.

Per me è stato un anno appassionante e molto bello. Ho potuto partecipare a numerosi eventi, ho imparato a conoscere persone nuove e ho potuto stringere nuove amicizie. Un cordiale ringraziamento va anche al mio gruppo parlamentare e a tutti voi per avermi dato questa possibilità.

Faccio i miei migliori auguri al mio successore per il suo anno di presidenza e spero molto che ne tragga il piacere che ne ho tratto io.

Vi ringrazio per la vostra attenzione e vi auguro una sessione appassionante.

La sessione di agosto è aperta.